



メニュー表



2026年03月

象山幼稚園

日付	献立名	食材(材料)名			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				
2日 (月)	散らし寿司 照り焼き肉団子 キャベツ添え すまし汁(麩・わかめ) 	精白米 三温糖 酢 きび砂糖 片栗粉 マヨレ 麩	卵 でんぷ のり 鶏肉 豚肉 わかめ	しいたけ にんじん きゅうり たまねぎ キャベツ 	378	11.7	7.8	1.2
<b>♪ひなまつりメニュー♪</b> 								
4日 (水)	ご飯 鶏肉のねぎソース 和風スパゲティ 人参のおかか和え	精白米 きび砂糖 ごま油 片栗粉 スパゲティ 油 めんつゆ	鶏肉 ベーコン かつお節	にんにく しょうが ねぎ ほうれん草 にんじん いんげん	424	16.4	11.0	0.8
5日 (木)	ぞうやまカレー キャベツとコーンのサラダ マスカットゼリー  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"><b>ぞうやまカレー♪</b></div> 	精白米 じゃがいも カールウ ごまドレッシング きび砂糖 マスカットゼリー	豚肉	たまねぎ にんじん キャベツ ほうれん草 ホールコーン	486	10.6	13.4	1.3
6日 (金)	ご飯 ほっけのみりん焼き 高野豆腐と野菜の煮物 春雨サラダ	精白米 三温糖 はるさめ きび砂糖 酢 ごま油	ほっけ 高野豆腐	にんじん たまねぎ いんげん きゅうり	364	14.2	4.0	1.1
9日 (月)	ご飯 メンチカツ 青のりポテト 野菜とマカロニのサラダ	精白米 パン粉 じゃがいも 油 マカロニ マヨレ	鶏肉 豚肉 青のり	たまねぎ キャベツ にんじん	459	10.9	15.3	0.6
11日 (水)	ラーメン ささみフライ キャベツのマヨ和え 	中華めん ごま油 パン粉 油 マヨレ アマニ油	ロースハム わかめ 鶏肉 青のり	ホールコーン キャベツ にんじん	321	11.3	9.3	2.1
12日 (木)	麻婆飯 野菜のおかか和え ピーチゼリー	精白米 三温糖 片栗粉 ごま油 めんつゆ ピーチゼリー	豆腐 豚肉 味噌 かつお節	たまねぎ しょうが にんにく だいこん にんじん ブロッコリー	399	12.4	6.2	1.3
13日 (金)	ご飯 豚肉と野菜のうま煮 彩りサラダ おかあさん先生の味噌汁 (玉ねぎ・じゃが芋)	精白米 三温糖 めんつゆ じゃがいも	豚肉 味噌	しょうが たまねぎ にんじん キャベツ ブロッコリー	417	14.8	11.4	1.2
16日 (月)	ご飯 お星さまハンバーグ(カレーソース) ポテトグラタン ブロッコリーサラダ 	精白米 カールウ じゃがいも マカロニ シチュールウ 片栗粉 マヨレ	鶏肉 豚肉 チーズ	たまねぎ ブロッコリー にんじん	422	13.6	11.5	0.7
平均					407	12.8	9.9	1.1

※仕入の状況により、食材が変更になる場合がございます。

※ お弁当の日:3月3日(火)・10日(火)は全員お弁当持参になります。お弁当の準備をお願いします。

※ ぞうやまカレー:5日(木)はぞうやまカレー作りの日です。年中・年長児は野菜の皮むき等のお手伝いをしますので、エプロン・三角巾を持たせてください。

※持ち物 給食の日:箸・スプーン・フォークなど、コップ、ナフキンを巾着袋に入れて下さい。

お弁当の日:お弁当、箸・スプーン・フォークなど、ナフキンを巾着袋に入れて下さい。  
家で箸を使っていない場合、持たせないでください。